

# « LE DOUTE EST UN AMI QUI PERMET D'EXPLORER DE NOUVELLES OPTIONS »

Portrait de Sophie Liagre signé par Sandra Chategner Dupré



## « Ce qui me nourrit c'est la variété des clients, des missions, des sujets et des environnements »

Sophie Liagre a beaucoup travaillé dans le conseil et elle en a apprécié la variété, la pluralité, la diversité des rencontres. « À l'occasion d'un repositionnement d'activité, je suis allée vers le coaching pour ajouter une corde à mon arc et c'est devenu mon arc, au sens noble du terme. » La formation systémique avec Alain Cardon l'a séduite par son approche pratique et lui a révélé la puissance de ce que peut permettre le coaching. Elle se défend d'avoir une spécificité, la variété reste ce qu'elle vient chercher dans son métier. Aujourd'hui elle accompagne des managers, des dirigeants, des équipes de grands groupes, de PME de services et industrielles, d'hôpitaux ainsi que des étudiants en classes préparatoires. Et comme elle n'est « pas très théorie » ce qui la ressource c'est la nature (elle aime marcher) et la lecture de beaucoup de romans ce qui participe à son inspiration. Ainsi par exemple, « My Absolute Darling de Gabriel Tallent raconte l'histoire d'une jeune fille qui s'affranchit de son père pour devenir elle-même dans un environnement de nature très puissante. C'est le récit d'un cheminement avec la nature comme alliée ».

## « Ce qui me caractérise, ma force, c'est le recul »

Cette littéraire a fait le grand écart en étudiant la géographie puis les sciences politiques côté économie et finances et plus tard la gestion des ressources humaines. Pour quelqu'un de « pas trop théorique », Sophie a beaucoup étudié « - cette pluralité de formations crée une belle alliance, ce sont des couches théoriques qui constituent les sédiments de mon accompagnement. Parfois l'eau est claire et les sédiments ne se voient pas et parfois l'eau est colorée par les sédiments, plus présents... : du bon usage des apprentissages universitaires ! ». Elle met en avant la simplicité car pour Sophie, au-delà des processus et des outils, la qualité d'écoute reste la première attendue chez un coach. Ses clients parlent de son recul, de ses mots ciselés et de sa force tranquille. « Le recul est un trait de caractère profond et c'est important pour le coaching, pour l'analyse systémique et pour interroger les reflets ». Pour Sophie il est nécessaire d'interroger la zone de responsabilité du client et de lui rappeler qu'il fait partie d'un système. « Je travaille à interpeller le N+1 sur sa propre responsabilité, à aller interroger les objectifs et on l'écrit dans le contrat. Le coaching ne doit pas être isolé du système entreprise. » C'est ainsi que Sophie Liagre contribue au mieux-être, à fluidifier les relations et à proposer une vue d'ensemble sur les situations apportées par ses clients. Sophie souligne l'enjeu de la parité avec le client. « Je chemine

avec mon client en tant que coach et j'apprends grâce à lui pendant que lui-même progresse vers son objectif en autonomie en fouillant sa besace pour faire remonter ses pépites, ses ressources. » Elle a confiance en les capacités du client à identifier et valoriser ses ressources. Elle trouve que douter c'est une force « tu prends du recul, tu explores d'autres options et c'est l'essence même du coaching d'apporter au client un autre éclairage et une prise de recul. Ainsi il peut aller plus loin, contourner l'obstacle ou en faire un allié. »

## « Se professionnaliser est une évidence »

Sur le sujet du coaching en général, Sophie appelle à le remettre à sa « juste place en termes d'impact. Il faut rester humble. En revanche, continuer à se professionnaliser est une nécessité et avoir une certification indépendante de l'école de formation est une évidence. » C'est pourquoi elle a rejoint une association de coaches comme ICF et a passé la certification de Professionnel Certifié Coach. « On revient au chemin, en reflet du coaching. Un chemin de professionnalisation avec plein de marqueurs différents, tes clients, ton travail effectif, ta formation et ta supervision. » Co animatrice du pôle Lyonnais d'ICF pendant 3 ans, le collectif est fondamental pour Sophie : ses pairs sont des ressources essentielles, une richesse, du partage. « Et travailler en coopération fait sens pour accompagner les collectifs. C'est important de soigner la relation avec le coach partenaire et d'être ainsi modélisant pour l'équipe accompagnée. »

## « Mettre plus de fun dans cette période difficile »

Dans ses accompagnements à venir, Sophie désire mettre plus de fun dans cette période difficile. « On peut être sérieux tout en s'amusant. De l'humour ! (Encore une forme de recul) et accompagner de façon ludique, avec de la joie. » Sophie souhaite continuer de voir des paillettes dans les yeux des clients au moment du bilan « notre métier est top, c'est ce que je me dis quand ma cliente m'explique qu'elle trouvait que tout était bloqué et qu'aujourd'hui tout est ouvert. Elle a pulvérisé l'obstacle et ça c'est génial ! »

Sandra Chategner-Dupré  
Coach PCC

